

L'oubli de soi du dramathérapeute **Sandrine Pitarque, 8 septembre 2018.**

En groupe de dramathérapie, il est un moment, souvent central, où certains participants improvisent devant d'autres qui les regardent.¹ Les improvisations peuvent prendre des formes très différentes, verbales ou non, avec des supports (marionnettes, costumes) ou non. Ces moments d'improvisation nous mettent, thérapeutes comme patients, en situation d'être acteurs et nous conduisent parfois à un certain oubli de soi. On s'oublie dans le jeu en train de se créer, dans le personnage et le scénario en train de s'improviser. Des centaines d'improvisations auxquelles j'ai participé ou assisté, il me semble pouvoir distinguer plusieurs formes d'oubli de soi: l'oubli de son corps, l'oubli de certaines valeurs, l'oubli de son identité, l'oubli de sa fonction. Je vais, dans cette communication, développer plus particulièrement celles concernant le thérapeute ou les patients quand ils deviennent co-thérapeutes. Il me semble qu'ainsi, en la dépliant du côté des thérapeutes, la notion d'oubli de soi peut nous aider à appréhender la notion de transfert telle qu'elle s'éprouve en dramathérapie.

Le dramathérapeute peut s'oublier pour plonger dans l'univers parfois radicalement différent du patient. Ainsi en est-il du jeu avec des enfants autistes, qui ressemble parfois à une plongée dans le Grand Bleu.²

Un hôpital de jour accueillant principalement des enfants souffrant de troubles du spectre autistique. Groupe hebdomadaire de dramathérapie avec deux enfants et deux adultes.

Adel est allongé. Il refuse tout contact depuis le début de la séance. Comme si nous n'existions pas. Je m'allonge à côté de lui, dans la même position, en miroir. Je le regarde en vision périphérique. Il fait un petit mouvement de doigts. Je fais pareil, en accentuant légèrement la force du mouvement pour produire un son. Adel bouge un peu le corps. Je l'imité. Il bouge de plus en plus. J'essaie toujours de suivre ses mouvements. Soudain il se lève et court à l'autre bout de la salle. Je le suis. Il court de l'autre côté. Cette fois, je reste où je suis, tout en restant en miroir avec lui: de loin, je fais les mêmes gestes et je suis les mêmes déplacements. Il tombe, je tombe, il se relève, je me relève, il tombe à nouveau, moi aussi, il roule, je roule, il tourne sur lui-même, je tourne. Nous sommes pris dans une frénésie de mouvements qui nous fait tourner la tête et pourtant nous sommes présents l'un à l'autre et au groupe. Je vois Adel qui sourit, par exemple quand je tombe comme lui, ou quand il me fait courir très vite. Je finis l'improvisation aussi fatiguée qu'après un footing, sans m'être rendu compte des efforts physiques que j'ai dû produire pour suivre Adel.

Ici l'oubli de soi de la dramathérapeute est essentiellement corporel. Il s'agit d'oublier comment on se tient, comment on se comporte, en tant qu'adulte humain. On redevient enfant, parfois bébé, on peut explorer des formes animales. On se retrouve à rouler au sol, lécher le mur, regarder ses mains comme des objets extérieurs, émettre des sons inarticulés. Une des clés du travail avec des enfants qui ne parlent pas est, à mon sens, de ne pas parler pendant le temps du jeu: oublier la fonction éducative et soignante qui nous incombe, pour donner la chance à une autre partie de soi de se mettre en contact avec l'enfant, au moins pendant le moment de l'improvisation.

¹ les autres moments étant le plus souvent: un rituel d'accueil et un rituel de départ, un temps de parole en début ou fin de groupe, des jeux de théâtre qui permettent de travailler sur des aspects singuliers de la dynamique groupale ou des problématiques individuelles

² voir PITARQUE S. 2016. « Plongée théâtrale dans le monde des enfants autistes », revue de la SFPE-AT Décembre 2016, *L'étranger*

L'oubli de soi peut prendre des dimensions moins physiques et plus psychiques. C'est le cas de certaines improvisations utilisant la marionnette où des enfants mettent en jeu des scénarios archaïques parfois très violents.

Un groupe de dramathérapie hebdomadaire dans le cadre d'un CATTP enfants. Les improvisations se font principalement avec des marionnettes à gaines, anthropomorphes. Le groupe se constitue de 4 enfants et 4 adultes (la dramathérapeute, une stagiaire dramathérapeute, deux soignants du CATTP). Antoine a des troubles sévères: hétéro-agressivité, hallucinations, troubles alimentaires...

Antoine joue avec la stagiaire dramathérapeute. Il a choisi une marionnette petit garçon et a donné une marionnette homme à sa partenaire. Le petit garçon est enfermé dans la cave. L'homme lui crie dessus et le tape. Quoique dise le petit garçon, l'homme ne le laisse pas sortir de la cave et l'improvisation se termine comme elle a commencé, sans évolution de la situation. Pas de happy end, mais l'horreur de l'enfermement qui se perpétue indéfiniment. Bien sûr la stagiaire, incarnant l'homme violent, a suivi le scénario qu'Antoine lui avait demandé de jouer. Un autre jour, c'est moi qui joue avec Antoine. L'improvisation suit de nombreuses péripéties autour de la dévoration. Par exemple, il demande à mon personnage de manger l'intérieur du ventre de son personnage. Nous avons du mal à arrêter le jeu. Il y a un dégoût mêlé à du plaisir, comme en auraient des enfants jouant dans la boue. Mais ici c'est la boue du psychisme d'Antoine dont il s'agit.

Dans ce type d'improvisations où se mettent en scène des scénarios violents ou répugnants, il faut s'oublier au sens d'oublier les valeurs qui fondent notre condition humaine. Comme un acteur jouant un personnage abominable, il s'agit de ne pas juger mais, au contraire, de mettre toute son énergie à incarner l'horreur. Au théâtre cela permet de créer l'illusion nécessaire aux spectateurs. En dramathérapie cette illusion donnera à la relation entre le patient et le soignant une couleur singulière. En effet, s'oublier dans le jeu en tant que thérapeute, c'est donner corps à la règle de la libre associativité: en suivant l'enfant dans sa gestuelle étrange ou dans ses scénarios abominables, on lui permet de les exprimer. Il y a peu d'espaces où les enfants peuvent ainsi donner libre cours à ce qui les agit. À la maison, à l'école, et même dans certains groupes dits thérapeutiques, la fonction éducative prend le pas sur la nécessité expressive. En dramathérapie, on essaie de faire en sorte que, sur la scène de l'atelier, TOUT peut se dire, TOUT peut se jouer. Quand les enfants auront joué et rejoué ces scénarios archaïques, avec l'aide des thérapeutes, peut-être pourront-ils ensuite les dépasser. En tant que dramathérapeute, il ne s'agit pas de surenchérir dans le régressif et le monstrueux, mais d'accompagner le patient à l'endroit où il se trouve pour, d'abord entrer en lien avec lui, puis avancer à ses côtés.

Pour Adel, le fait que je joue avec lui à son rythme, à son niveau, sans chercher à donner du sens, ni à mettre des mots dans l'immédiat, lui permet de prendre confiance. À partir de là, je pourrai lui proposer de continuer le jeu du miroir mais en acceptant de faire les gestes que je propose. Ainsi je pourrai lui suggérer des rythmes et des gestes qu'il a peu l'habitude de faire et développer son imaginaire corporel. Je pourrai aussi lui proposer de m'imiter sur des mimiques qui simulent des émotions et ainsi ouvrir son champ expressif. Plus largement, à partir du moment où il accepte le jeu du miroir de manière bilatérale, il acceptera toute une série de jeux qui vont élargir ses capacités relationnelles et émotionnelles.

Pour Antoine, jouer ce type d'improvisations, pouvoir entretenir un lien avec des adultes qui acceptent l'expression de sa violence, peut lui permettre d'accepter cette violence pour éventuellement la dépasser.

Dans les deux cas, l'oubli de soi du dramathérapeute dans l'improvisation théâtrale, permet de créer des formes de transfert singulières qui aident l'enfant à avancer dans son processus de symbolisation.

Parfois le dramathérapeute plonge dans le personnage qui lui a été assigné et peut aller jusqu'à oublier qu'il est thérapeute. Le jeu prend le dessus et la fonction thérapeutique disparaît pendant un instant.

Un groupe de dramathérapie dans le cadre d'un CATTP adolescents, composé de 5 jeunes et de 5 adultes (la dramathérapeute, deux stagiaires dramathérapeutes et deux soignants). C'est la deuxième année que Raphaëlle, 15 ans, participe. Elle me choisit le plus souvent pour jouer des scènes assez mièvres: des petites filles de 4-5 ans qui jouent gentiment, des petits chatons, des sœurs qui ne se disputent jamais... À la fin de la première année on avait établi qu'un des objectifs pour Raphaëlle était de pouvoir accepter le conflit et de pouvoir s'opposer à l'autre. Elle était d'accord sur cette piste de travail pour elle. Nous la poussons donc dans ce sens, dans ses improvisations depuis le début de l'année. Mais elle esquivait toujours.

Un jour elle me demande de jouer sa mère. Sa voix de tête, son collage corporel, ses mimiques régressives, que je connais bien, m'agacent particulièrement ce jour-là. Ils m'agacent tellement que je me mets à jouer une mère assez méchante, alors que ce n'était pas ce qu'elle m'avait demandé. En sortant de scène elle me le reproche et je reconnais que j'ai modifié notre scénario. Je n'en dis pas plus en sa présence. Une fois les jeunes partis, nous en parlons avec les autres adultes, pendant le post-groupe. J'exprime ouvertement l'agacement très fort que Raphaëlle m'a fait ressentir. Je fais des liens avec nos précédentes séances, mais aussi avec les échos que son attitude peut avoir avec mon histoire personnelle. Je passe quelques jours à m'en vouloir de cet agir trop agressif à son égard. La semaine suivante elle demande à la stagiaire dramathérapeute de jouer une scène où deux amies se disputent.

Ce jour-là je me suis laissée emporter dans mon jeu. J'ai joué ce que moi j'avais envie de jouer et non pas ce que la patiente m'avait demandé de jouer. Cela m'a paru trop agressif sur le moment. Pourtant il semble que cela ait permis à Raphaëlle de passer un cap dans son acceptation du conflit puisqu'elle a proposé de jouer une scène conflictuelle la semaine suivante.

L'intérêt de cette forme d'oubli de soi est que le thérapeute offre une réponse inattendue au patient, inattendue même pour le thérapeute, et cette réponse inhabituelle peut provoquer en retour des réactions nouvelles chez le patient. Sa limite réside bien sûr dans le risque qu'il fait porter à la relation thérapeutique si la réponse n'est pas suffisamment bienveillante. Je ne suis pas en train de prôner le passage à l'acte du thérapeute pour brusquer le patient! Ici il ne s'agit d'ailleurs pas de passage à l'acte³ mais d'un agir spontané où le contre-transfert de la dramathérapeute s'est incarné le temps du jeu. C'est souvent dans l'après coup, lors du post-groupe et dans son travail de supervision, qu'elle mesurera la qualité de contre-transfert qui a été en jeu et pourra si besoin rééquilibrer son jeu dans les improvisations futures.

Une autre forme d'oubli de soi peut s'observer dans un groupe de dramathérapie: quand le partenaire choisi par un patient pour jouer un rôle dans son improvisation est un autre patient. Quand il en est capable, celui-ci s'oublie, pour se mettre à la disposition du scénario de son camarade. On peut alors assister à des phénomènes de transferts latéraux particulièrement féconds.

Groupe de dramathérapie dans le cadre d'un CATTP adolescents, même année que la vignette décrite plus haut. Manon et Raphaëlle sont les deux seules filles du groupe de cinq. En cette

³ C'est le cadre de la scène, de la fiction, des personnages, qui évitent le passage à l'acte. Sur scène, on reste dans un espace symbolique. L'irruption du réel est très rare. De nombreux garde-fous nous y aident, par exemple : pas d'objet personnel comme accessoire de jeu; on porte un prénom différent du nôtre et de quiconque faisant partie du groupe.

deuxième année, elles sont assez proches, alors qu'elles ont des caractères très différents et que l'année précédente elles étaient plutôt indifférentes voire antagonistes. Sans doute ce récent rapprochement leur permet-il de se protéger des garçons qui passent une période très violente, faisant beaucoup d'associations (verbales pendant les temps de parole et situationnelles pendant les improvisations) autour de films d'horreur, de jeux vidéos très violents et de pornographie. C'est l'improvisation de Manon. La semaine dernière elle a joué une scène qui semblait représenter le viol qu'elle a subi de son beau-père : elle a demandé au psychomotricien de jouer un loup qui l'attrape alors qu'elle se promène dans la forêt avec sa mère, jouée par la stagiaire dramathérapeute. Cette semaine elle choisit deux partenaires, Raphaëlle et la stagiaire dramathérapeute. Manon joue une clocharde, assise par terre au fond de la scène, qui demande de l'argent. La stagiaire joue la mère d'une jeune femme enceinte jouée par Raphaëlle. Toutes deux recueillent Manon-clocharde, très mal en point. Après avoir beaucoup mangé, ce personnage s'endort. Manon joue alors une sorte de transe / rêve éveillé. Elle appelle sa mère, crie « je suis forte » puis « je suis morte ». Cette transe est assez impressionnante, au point que je me demande si Manon est toujours en train de jouer. Un des autres jeunes, Johann, demande à monter sur scène pour faire la mère de Manon-clocharde. Manon lui tombe dans les bras. Elle dit « je vais mourir ». Pendant ce temps, Raphaëlle-jeune femme enceinte dit qu'elle a mal au ventre, elle va peut-être accoucher. Je monte sur scène en médecin qui va s'occuper de ces deux urgences. Après la scène, Manon est très calme, alors qu'elle avait commencé la séance dans une grande agitation.

Dans cette improvisation la stagiaire, qui jouait la mère de Manon la semaine dernière, joue maintenant la mère de la jeune femme enceinte. L'équipe sait (alors que Manon n'est pas au courant de cette partie de son histoire familiale⁴) que la mère de Manon a, comme elle, été abusée à l'adolescence, qu'elle est tombée enceinte suite à ces abus et qu'elle a avorté. Quand Manon a été hospitalisée, elle souffrait d'hallucinations kinesthésiques : elle avait des bêtes dans le ventre. Dans cette improvisation, sa partenaire Raphaëlle a choisi d'être enceinte (ce n'est pas Manon qui lui a demandé) et s'est mise à avoir très mal au ventre sans pouvoir accoucher. Comme si elle avait pressenti l'importance d'une grossesse qui n'en est pas vraiment une dans l'histoire de Manon. Par ailleurs, Johann a senti le premier (avant les thérapeutes qui étaient aussi spectateurs) l'importance d'incarner la mère de Manon-clocharde. Et en effet, c'est ce qui a permis à Manon de sortir d'une transe, certes jouée, mais avec tant de sincérité qu'elle nous faisait craindre une décompensation. C'est pourquoi j'ai fini par monter aussi sur scène, en médecin, pour aider tout le monde à sortir de l'histoire, à *sortir du délire* comme on dit communément pour ce genre de situations. Car il peut arriver comme ce jour-là que la fiction, s'approchant tellement de l'histoire réelle sans même que les acteurs en aient conscience, puisse être aussi puissante qu'une hallucination. La semaine suivante Manon nous a apporté son carnet de notes, excellent. Elle était fière et elle pouvait effectivement l'être: un an et demi plus tôt, elle était la dernière de sa classe.

Ainsi les deux jeunes ont pu être co-thérapeutes auprès de Manon ce jour-là. Raphaëlle a incarné une partie de son histoire familiale qu'elle a inconsciemment perçue. Johann a rempli temporairement le besoin de soutien maternel dont l'absence dans sa vie réelle affecte beaucoup

⁴ Même si au fond, Manon en sait quelque chose. Plus tôt dans l'année, elle avait demandé à la stagiaire-dramathérapeute de jouer une scène de mère et fille. La fille est énervée « à propos d'un secret, un truc que tu [la mère jouée par la stagiaire] ne dois pas savoir » « Moi je sais garder les secrets » dit la fille. « c'est un secret sur toi et le pire c'est que tu ne me l'as jamais dit. Et c'est ça qui m'énervé. » Elle continue : « pourquoi tu ne m'as jamais dit que ma sœur, mon frère [un enfant avorté, on ne sait pas si ç'aurait été une fille ou un garçon, une sœur ou un frère] et mon père ils étaient morts ? » « En plus, ils sont morts à la naissance. » Le personnage de Manon part en claquant la porte, disant qu'elle fugue chez sa copine.

Manon. Ce type de constellation autour d'un-e patient-e n'a pas lieu toutes les semaines. Mais quand la dynamique groupale le met en place, nous assistons à des scènes très émouvantes comme celles décrites ci-dessus. Et, si cela aide le patient au centre du travail à avancer, cela aide aussi beaucoup les jeunes devenant le temps d'un atelier co-thérapeutes. Ils s'oublient deux fois : parce qu'ils sont en train de jouer un personnage et parce qu'ils sont en train de jouer dans l'histoire de quelqu'un d'autre. En développant cette capacité à jouer un scénario qui concerne un autre jeune, ils développent leur empathie, leur capacité à prendre l'autre en compte, à se décentrer, toutes compétences qui font souvent défaut chez les jeunes souffrant de troubles psychiques.

Quand le thérapeute et les co-thérapeutes s'oublient le temps du jeu, il faut être certain qu'ils puissent revenir à la réalité de leur identité. Voici quelques-uns des éléments de cadre qui permettent à l'oubli de soi d'être toujours thérapeutique, jamais dangereux psychiquement, pour le dramathérapeute ou pour les patients.

C'est d'abord le caractère symbolique de la scène qui fonde le cadre de notre travail. Il s'incarne :

- dans l'espace physique, séparant les acteurs des spectateurs, c'est à dire séparant l'espace du réel de l'espace fictionnel ;
- dans le changement de nom entre le personnage et l'acteur. Ainsi la fiction peut suivre un scénario très proche de la réalité, la distance fictionnelle est maintenue par le changement de nom;
- en évitant l'utilisation en jeu de tout objet personnel : téléphone, bijou... ou de tout objet de réalité : de l'argent par exemple.
- des rituels pour marquer le début du jeu, dépendant de la scénographie du lieu dans lequel on travaille: entrer en scène, ouvrir le rideau de scène, sortir sa marionnette de derrière son dos...
- des rituels de *dérôlage*: se faire applaudir après l'improvisation, aller poser les marionnettes avec soin dans l'espace qui leur est dédié.

À côté de ces aspects matériels qui créent le caractère symbolique de la scène dramathérapeutique, c'est aussi la présence des autres adultes, en jeu ou observateurs, qui permet de s'assurer d'une *remontée* dans le monde du quotidien. Je peux tout jouer, tout dire parce qu'il y a des spectateurs. Je ne suis pas folle : je suis actrice.

Il m'est d'ailleurs difficile de faire de la dramathérapie en individuel en incarnant directement les personnages. Je passe généralement par des objets (marionnettes, figurines) avec un espace scénique bien défini (une table) qui permet de faire imaginer des spectateurs : si je suis du même côté de la table que le patient, je peux imaginer qu'on joue pour des spectateurs se trouvant de l'autre côté. Je ne verbalise pas obligatoirement cela, mais cette idée est présente pour moi et me permet de me considérer toujours comme une actrice jouant un rôle. C'est je crois ce qui me permet de tout jouer, en plongeant dans cette forme d'oubli de soi de l'acteur, sans risque de m'y noyer.